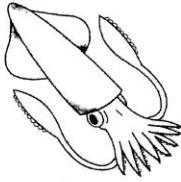


10月分の給食【10/1(火)~10/31(木)】

10月25日(金)

いか



いかの仲間は種類が多く、世界でおよそ500種もあります。浅い海から深い海まで、あらゆる海にいます。日本近海では、食用とされているのは15~20種です。代表的なものは、スルメイカ、アカイカ、コウイカ、ホタルイカ、ヤリイカなどです。

きょうのこんだて

あげどりのねぎソースかけ

いかとはくさいのうまい

みかん

ごはん

ぎゅうにゅう

あ (おもにからだをつくる)

か (ぎゅうにゅう・けいにく・あつあげ・いか)

き (おもにねつやちからのもとになる)

ごはん・でんぶん・あぶら・さとう・

ごまあぶら・サラダあぶら

み (おもにからだのちょうしをととのえる)

ど (しょうが・しろねぎ・はくさい・)

り (たまねぎ・さんどまめ・にんじん・)

しいたけ・みかん

クイズ18 白ねぎが白いのは、太陽の光をしっかりとあびているからである。○か×か?

①○

②×

一口メモ

○今日は「あげどりのねぎソースかけ」です。料理酒、しょうが汁で下味をつけた鶏肉の皮なしもも肉を、でんぶんをまぶして油で揚げます。それに、白ねぎ、砂糖、うす口しょうゆ、ごま油で作ったたれをかけています。

○給食室の調理器具を紹介します。揚げ物をする時、「フライヤー」を使います。これは、油の温度を一定にできるので、出来上がりが同じになります。

○昨日の5年生の「柿狩り」の様子です。

来週は、2、3、4、6年生が「柿狩り」をします。お楽しみに。

上福の「フライヤー」



表面はカリカリ、中はジューシーに揚がりました。

中心温度計で中心の温度を確認します。94.4℃でした。



産地調べ

白ねぎ	鳥取県	はくさい	長野県	干しこいたけ	愛媛県
いか	北海道	たまねぎ	北海道	みかん	熊本県

ごみの分別

□今日の普通ごみ…牛乳キャップ

□今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え: ② 土の中で、太陽があたっていないから白いのです。